**ЖУРАВСКАЯ ОШ I-III СТУПЕНЕЙ КИРОВСКОЙ РГА В АР КРЫМ**

РАССМОТРЕНО: СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДЕНО:

на заседании МО Протокол №\_\_\_ зам.директора по УВР Директор школы

Руководитель МО Тигиева И.А.\_\_\_\_\_\_\_ Жданова Л.В.\_\_\_\_\_\_\_

Граскопова Н.В. «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**спортивно-оздоровительного направления**

**«Ритмика и танец»**

**Лопушинская Алёна Валерьевна**

(Ф.И.О. учителя-разработчика)

2014 г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», «Типовым положении об образовательном учреждении дополнительного образования детей. Данный курс введен в учебный план в спортивно-оздоровительное направление. Срок реализации программы 4 года.

**Актуальность.** Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике и танцам направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Занятия ритмикой и танцами положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки.  Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Занятия по ритмике и танцам в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. Отработанные сценические музыкальные постановки  удобно использовать при проведении детских утренников.

**Целью** программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

**Задачи курса:**

1. формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;
2. способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала;
3. способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

**Содержанием работы на уроках** **ритмики  является музы­кально-ритмическая деятельность детей.** Обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку осуществляется развитие представлений обучающиеся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают спо­собность переживать содержание музыкального образа.

Занятия  ритмикой  эффективны для воспитания положи­тельных качеств личности. Выполняя упражнения на про­странственные построения, разучивая парные танцы и пляс­ки, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки органи­зованных действий, дисциплинированности, учатся вежли­во обращаться друг с другом.

**Программа****по****ритмике  состоит из четырёх разделов:**

1. Уп­ражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гим­настические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцеваль­ные упражнения

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занима­ясь конкретным видом музыкально-ритмической деятель­ности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам  программы  в изложенной последовательности. Од­нако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных на­выков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двига­тельный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зай­чик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошеч­ка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться,* а *не бегать, прыгать, шагать).*

После того как ученики научатся самостоятельно изоб­ражать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен.

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выра­зительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1 класс**

**1. Упражнения на ориентировку в пространстве**

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высо­ким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из ше­ренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений впе­ред, назад, направо, налево, в круг, из круга.

**2. Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровози­ки»). Движения рук в разных направлениях. Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания, сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и при­ведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупаль­цы. Упражнения на формирование осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Перекрестное под­нимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону; правой руки – вперед, левой – вверх. Выставле­ние левой ноги вперед, правой руки – перед собой; правой ноги – в сторону, левой руки – в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раска­чивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхива­ние кистью. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед.

http://oo14.mail.yandex.net/static/fdf4cf1050e44554a459c8a68b40c1a5/tmpbfu0DI_html_m1376aa87.gif**3. Игры под музыку**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с раз­личным характером музыки, динамикой (громко, тихо). Изменение направления и формы ходьбы, бега, подскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцеваль­ный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание – тяжелым, комичным и т. д). Вы­полнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, дея­тельность человека), в соответствии с определенным эмо­циональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцен­тов в музыке.

**4. Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спо­койный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Под­прыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

**Основные требования к умениям обучающихся**

**1 класс**

**Личностные результаты**

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным и гимнастическим упражнениям. **Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.** Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

**Метапредметные результаты**

* **регулятивные**
* способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
* в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
* накопление представлений о ритме, синхронном движении.
* **познавательные**

Учащиеся должны уметь:

* готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
* приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
* ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
* ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дис­танций, не сужая круг и не сходя с его линии;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* соотносить темп движений с темпом музыкального про­изведения;
* выполнять игровые и плясовые движения;
* выполнять задания после показа и по словесной инст­рукции учителя;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со зву­чанием музыки.
* **коммуникативные**
* умение координировать свои усилия с усилиями других;
* задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

**2 класс**

**1. Упражнения на ориентировку в пространстве**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в ше­ренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по од­ному. Построение круга из шеренги и из движения врассып­ную.

**2.** **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. Наклоны и повороты головы вперед, на­зад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сги­бая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на формирование осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Движения правой руки вверх вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и воз­вращение в исходное положение с одновременным сгиба­нием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднима­ние левой ноги, согнутой в колене, с одновременным под­ниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедле­ние движений в соответствии с изменением темпа музы­кального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раска­чивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхива­ние кистью. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед.

**3. Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). Упражнения на самостоятельное определение темповых, динамических и ме­лодических изменений в музыке и выражение их в движе­нии. Выразительное исполнение в свободных танцах знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в дви­жениях игровых образов и содержания песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

**4. Танцевальные упражнения**

Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пру­жинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремитель­ный бег. Подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки. Перемен­ные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Эле­менты русской пляски: шаг с притопом на месте и с про­движением, шаг с подскоками, переменный шаг; руки сво­бодно. Парная пляска.

**Основные требования к умениям обучающихся**

**2 класс**

**Личностные результаты**

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все иг­ровые и плясовые движения.

**Метапредметные результаты**

* **Регулятивные**
* Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
* планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
* **самовыражение ребенка в движении, танце.**
* **познавательные**

Учащиеся должны уметь:

* понимать и принимать правильное исходное положение в соответ­ствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движе­ния по словесной инструкции учителя, по звуковым и му­зыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музы­ку, выполнять общеразвивающие упражнения в определен­ном ритме и темпе;
* правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».
* **коммуникативные**
* учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
* формулировать собственное мнение и позицию;
* договариваться и приходить к общему решению в совме­стной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения инте­ресов;
* умение координировать свои усилия с усилиями других.

**3 класс**

**1. Упражнения на ориентировку в пространстве**

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чере­дование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одно­го круга в два и концентри­ческие круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад.

**2**. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, повороты и кру­говые движения головы. Движения рук в разных направле­ниях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед со­бой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряже­нием (растягивание резинки). Повороты туловища в сочета­нии с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и приседа­ние. Круговые движения ступни. Приседание с одновремен­ным выставлением ноги вперед в сторону. Упражнения на формирование осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противопо­ложную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в соче­тании с круговыми движениями правой руки. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисун­ков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровож­дением. Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учи­тель прохлопал, и наоборот.

*Упражнения на расслабление мышц.* Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков паль­цев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Пере­несение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

**3. Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведе­ния, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плав­нее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игро­вых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

**4. Танцевальные упражнения**

Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные подскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Ос­новные движения эстрадных танцев.

**Основные требования к умениям обучающихся**

**3 класс**

**Личностные результаты**

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

**Метапредметные результаты**

* **регулятивные**
* проявлять познавательную инициативу в учебном со­трудничестве;
* умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
* **воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.**
* **познавательные**
* умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
* рассчитываться на первый, второй, третий для последу­ющего построения в три колонны, шеренги;
* соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направ­ления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
* передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
* повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять пра­вильность его исполнения (хлопками или притопами).
* **коммуникативные**
* учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* **участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.**

**4 класс**

**1. Упражнения на ориентировку в пространстве**

Перестроение из колонны по одному в колонну по четы­ре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из не­скольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Ходьба по центру зала, умение наме­чать диагональные линии из угла в угол. Сохранение пра­вильной дистанции во всех видах построений.

**2. Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения голо­вы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Кру­говые движения плеч, замедленные, с постоянным ускоре­нием, с резким изменением темпа движений. Плавные, рез­кие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны ру­ками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движе­ний ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгиба­ние в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внут­ренних краях стоп. Упражнения на формирование осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Разнообразные со­четания одновременных движений рук, ног, туловища, ки­стей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочеред­ные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов.

*Упражнение на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и кор­пусом, висящими руками и опущенной головой («петруш­ка»). С позиции приседания на корточки с опущенной голо­вой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).То же движение в обратном направлении (имитация увя­дающего цветка).

**3. Игры под музыку**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Раз­учивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, ре­чевым сопровождением. Инсценирование музыкальных ска­зок, песен.

**4. Танцевальные упражнения**

Основные шаги и элементы танца «Джайв». Основные шаги и элементы танца «Фигурный вальс».

**Календарно-тематическое планирование, 1 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата**  **(1-А кл.)** | **Коррек.**  **даты**  **(1-А кл.)** | **Дата**  **(1-Б кл.)** | **Коррек.**  **даты**  **(1-Б кл.)** | **Название темы** | **Кол-во часов** |
| 1 | 02.09 |  | 03.09 |  | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2 | 09.09 |  | 10.09 |  | Разминка. Поклон. | 1 |
| 3 | 16.09 |  | 17.09 |  | Постановка корпуса. Основные правила. | 1 |
| 4-5 | 23.09, 30.09 |  | 24.09, 01.10 |  | Позиции рук. Позиции ног. Основные правила | 2 |
| 6 | 07.10 |  | 08.10 |  | Общеразвивающие упражнения | 1 |
| 7 | 14.10 |  | 15.10 |  | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 8 | 21.10 |  | 22.10 |  | Движения на развитие координации. Бег и подскоки. | 1 |
| 9 | 11.11 |  | 05.11 |  | Разминка. | 1 |
| 10-15 | 18.11, 25.11, 02.12, 09.12, 16.12, 23.12 |  | 12.11, 19.11, 26.11, 03.12, 10.12, 17.12 |  | Эстрадный танец «Черепашонок» | 6 |
| 16 | 13.01 |  | 24.12 |  | Индивидуальные задания. | 1 |
| 17 | 20.01 |  | 14.01 |  | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 18-24 | 27.01, 03.02, 10.02, 24.02, 03.03, 10.03,  17.03, |  | 21.01, 28.01, 04.02, 11.02, 25.02, 04.03, 11,03 |  | Танец «Диско». | 7 |
| 25-26 | 31.03, 07.04 |  | 18.03, 01.04 |  | Упражнения для улучшения гибкости | 2 |
| 27-29 | 14.04, 21.04 |  | 08.04, 15.04 |  | Тренировочный танец «Стирка» | 2 |
| 30 | 28.04 |  | 22.04 |  | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 31 | 05.05 |  | 29.04 |  | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 32 | 12.05 |  | 06.05 |  | Игры под музыку | 1 |
| 33 | 19.05 |  | 13.05 |  | Игры под музыку | 1 |
|  |  |  | **Рез. 1 ч.** |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование, 2 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата**  **(2-А кл.)** | **Коррек.**  **даты**  **(2-А кл.)** | **Дата**  **(2-Б кл.)** | **Коррек.**  **даты**  **(2-Б кл.)** | **Название темы** | **Кол-во**  **часов** |
| 1 | 04.09 |  | 08.09 |  | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2 | 11.09 |  | 15.09 |  | Разминка. | 1 |
| 3-5 | 18.09, 25.09, 02.10 |  | 22.09, 29.09, 06.10 |  | Упражнения на формирование гибкости и растяжки. | 3 |
| 6-11 | 09.10, 16.10, 23.10, 06.11, 13.11, 20.11 |  | 13.10, 20.10, 10.11, 17.11, 24.11, 01.12 |  | Танец «Кенгуру». | 6 |
| 12 | 27.11 |  | 08.12 |  | Разминка. | 1 |
| 13-19 | 04.12, 11.12, 18.12, 25.12, 15.01, 22.01, 29.01 |  | 15.12, 22.12, 12.01, 19.01, 26.01, 02.02, 09.02 |  | Танец «Диско». | 7 |
| 20-23 | 05.02, 12.02, 19.02, 26.02 |  | 16.02, 23.02, 02.03, 09.03 |  | Разучивание позиций рук и ног. Батман. Плие. | 4 |
| 24 | 05.03, |  | 16.03 |  | Разминка. | 1 |
| 25 | 12.03 |  | 30.03 |  | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 26-30 | 19.03, 02.04, 09.04, 16.04, 23.04 |  | 06.04, 13.04, 20.04, 27.04, 04.05 |  | Разучивание основных движений танца «Вару-вару» | 5 |
| 31 | 30.04 |  | 11.05 |  | Разминка. | 1 |
| 32 | 07.05 |  | 18.05 |  | Упражнения на предотвращение плоскостопия. | 1 |
| 33-34 | 14.05, 21.05 |  | 25.05 |  | Индивидуальное творчество «Я – герой любимой сказки». Игры под музыку. | (2) 1 |
|  | **Рез. 1 ч.** |  |  |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование, 3 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата**  **(3-А кл.)** | **Коррек. даты**  **(3-А кл)** | **Дата**  **(3-Б кл.)** | **Коррек. даты**  **(3-Б кл)** | **Название темы** | **Кол. часов** |
| 1 | 04.09 |  | 03.09 |  | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2 | 11.09 |  | 10.09 |  | Разминка. | 1 |
| 3-4 | 18.09, 25.09 |  | 17.09, 24.09 |  | Общеразвивающие упражнения. | 2 |
| 5-6 | 02.10 |  | 01.10, 08.10 |  | Ритмико-гимнастические упражнения | 2 |
| 7-11 | 09.10, 16.10, 23.10, 06.11, 13.11 |  | 15.10, 22.10, 05.11, 12.11, 19.11 |  | Танец «Полька» | 5 |
| 12 | 20.11 |  | 26.11 |  | Разминка. | 1 |
| 13-14 | 27.11, 04.12 |  | 03.12, 10.12 |  | Упражнения на развитие координации движений. | 2 |
| 15-19 | 11.12, 18.12, 25.12, 15.01, 22.01 |  | 17.12, 24.12, 14.01, 21.01, 28.01 |  | Танец «Полька» | 5 |
| 20 | 29.01 |  | 04.02 |  | Разминка | 1 |
| 21 | 05.02 |  | 11.02 |  | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 22 | 12.02 |  | 18.02 |  | Упражнения на координацию движений. | 1 |
| 23-31 | 19.02, 26.02, 05.03, 12.03, 19.03, 02.04, 09.04, 16.04, 23.04 |  | 25.02, 04.03, 11.03, 18.03, 01.04, 08.04, 15.04, 22.04, 29.04 |  | Танец «Самба». | 9 |
| 32 | 30.04 |  | 06.05 |  | Индивидуальное творчество. Я – герой любимой сказки. | 1 |
| 33 | 07.05 |  | 13.05 |  | Разминка. | 1 |
| 34 | 14.05 |  | 20.05 |  | Индивидуальное творчество. | 1 |
|  | **Рез. 2 ч.** |  | **Рез. 1 ч.** |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование, 4 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата** | **Коррек.**  **даты** | **Название темы** | **Кол-во часов** |
| 1 | 08.09 |  | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2 | 15.09 |  | Разминка. | 1 |
| 3-4 | 22.09 |  | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 5-9 | 29.09, 06.10, 13.10, 20.10, 10.10 |  | Танец «Джайв». Разучивание основных движений. | 5 |
| 10 | 17.10 |  | Разминка. | 1 |
| 11-13 | 24.10, 01.12, 08.12 |  | Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса. | 3 |
| 14-17 | 15.12, 22.12, 12.01, 19.01 |  | Танец «Джайв». Построение композиции. | 4 |
| 18 | 26.01 |  | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 19 | 02.02 |  | Разминка. | 1 |
| 20 | 09.02 |  | Упражнения на развитие координации. | 1 |
| 21-25 | 16.02, 23.02, 02.03, 09.03, 16.03 |  | Танец «Фигурный вальс». Разучивание движений. | 5 |
| 26 | 30.03 |  | Разминка. | 1 |
| 27-28 | 06.04, 13.04 |  | Упражнения на улучшение гибкости. | 2 |
| 29-33 | 20.04, 27.04, 04.05, 11.05, 18.05 |  | Танец «Фигурный вальс». Постановка композиции. | 5 |
| 34 | 25.05 |  | Индивидуальное творчество. | 1 |
|  |  |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (М.: ВАКО, 2007)
7. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
8. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В.
9. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
10. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
11. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
12. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
13. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (М.: Идательство «Глобус», 2009)
14. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
15. www.dance-city. narod.ru
16. www. danceon. ru
17. www.mon.gov.ru
18. www.tangodance.by